دليلك للتعامل مع شريك حياتك

◄لعلكِ أمضيتِ وقتاً طويلاً في البحث عن الطريقة المناسبة التي تجعلكِ تفوزين بحياة سعيدة وهانئة، وتجعلكِ تستحوذين على قلب زوجك كاملاً وعلى جزء كبير من عقله. ولعلكِ غفلت أثناء ذلك، عن أمر مهم جدّاً وهو تلك التفاصيل البسيطة والصغيرة التي تقومين بها، والتي تعتبر بمثابة قواعد أساسية لنجاح حياتك الزوجية.

كثرة الانشغالات والهموم تنسينا أحياناً الاهتمام بتلك التفاصيل الصغيرة، التي من دونها تتحوّل أي علاقة بين شخصين إلى علاقة جامدة، روتينية، لا حياة فيها ولا انتعاش. فكيف يمكن أن تتعاملي مع شريك حياتك بشكل يسهم في تمتين أواصر العلاقة بينكما، ويحميها من نشوب الخلافات؟

إليك مجموعة من النصائح التي يمكن اعتبارها دليلاً في تعاملك مع زوجك:

- اتركيه وهو يقود السيارة من دون إعطائه أي توجيهات حول مسارات الطريق عندما تلاحظين أنّه أضاع طريقه. لا تتدخلي لحل المشكلة إلّا إذا اعترف لك بذلك.

- دعيه يستمتع بآخر دقيقتين من المباراة، ولا تقاطعيه بإخباره عن أمر ما نسيت أن تطلعيه عليه أثناء تناول العشاء، أو تحجبي عنه الرؤية بمجيئك وذهابك أمام شاشة التلفزيون، أو تطلبي منه جلب الخبز أو أي غرض ما من السوبرماركت.

- خصصي له مكاناً معيّناً في الحمام كي يضع أدواته الشخصية ومستحضراته، ورتبي أشياءك بشكل يبقيها بعيدة عن متناول يده، كي لا يستخدمها عن طريق الخطأ، فتقع المشكلة بينكما.

- اخبريه مسبقاً بأنّ والدتك، أي حماته، ستأتي لزيارتكما وتناول العشاء. لا تنتظري إلى المساء لإعلامه بذلك، بل اتصلي به واعلميه بالأمر.

- لا تهملي العناية به بحجة اهتمامك بالأطفال أو عملك. خصصي وقتاً له وحده لتبرهني له على أنّك لازلتِ تهتمين به وبشؤونه.

- دعيه يكتشف أنّ في إمكانه الاعتماد عليك فعلياً وليس فقط بالكلام.

- عندما يسألك عما إذا كنتِ تواجهين مشكلة ما، لا تردي عليه بالنفي وتقولي له: "ليس هناك أي مشكلة"، ثمّ تلوميه لأنّه لم يواسِك أو يقدم لك المساعدة، اعلمي أنّ زوجك ليس بقارئ أفكار، وقد لا يكون مهتماً بتفاصيل كثيرة، فهو لن يعرف ما بك، إلّا إذا اخبرته بذلك. تذكري قول الكاتب هارلن ميللر: "إنّ الفرق بين الزواج الناجح والزواج الذي تسوده الرتابة، يكمن في ترك يومياً 3 مسائل عالقة وعدم التحدث فيها مع الشريك، فتتكدس الأمور التي تحتاج إلى معالجة أو توضيح من قبل أحد الطرفين، وقد ينتج عن ذلك توتر العلاقة بين الزوجين". من هنا، يفضل دوماً عدم ترك أي مشكلة مهما تكن بسيطة تمر من دون التطرق إليها أو معالجتها فوراً.

- لا تستخدمي صحيفته اليومية والتي لم يقرأها بعد، لتغليف الصحون أو أي أشياء أخرى. برهني له على أنّك تهتمين أيضاً بالأشياء التي يحبها.

- قدّمي له بعض الاقتراحات، لكن لا تكثري منها، كي لا يشعر بأنّك تقودينه أو تسيطرين عليه.

- اتركيه يصلح الأشياء ولا تتدخلي لمساعدته إلّا إذا طلب منك فعل ذلك.

- قد لا يكون زوجك من النوع الذي يعبّر عن أفكاره وآرائه بسهولة أو بشكل واضح، لكن تذكري أنّك في نظره أجمل الجميلات.

- اشتري له الملابس الداخلية وإلّا استمر في ارتداء تلك القديمة إلى أن تهترىء وتتلف.

- عندما يصحبك إلى أحد المطاعم بهدف تناول الغداء أو العشاء، لا تقولي له إنّك لست جائعة وتتركيه يختار بمفرده من قائمة الطعام. وما إن تصل وجبته، حتى تشرعي في التهام أغلبية الطعام من صحنه.

- خذي سيارته لغسلها وتنظيفها، إذا شاهدتها متسخة، وكنتِ تعلمين أنّه لا يملك الوقت للذهاب إلى المحطة للقيام بذلك.

- لا ترمي بنطاله المفضل الذي يرتديه كلّ يوم جمعة أو في يوم إجازته، حتى ولو كان قديماً جدّاً ومهترئاً. اعلمي أنّ هذا البنطال بمثابة مِلكية شخصية له لا يرغب في أن ينتزعها أحد منه.

- احفظي حلوياته المفضلة في مكان لا يطاله الأطفال كي لا يلتهموها كلّها، لاسيما إذا كنتِ تعلمين أنّه معتاد على تناولها مساءً أثناء مشاهدته التلفزيون.

- لا تفسدي عليه متعة مشاهدة أحد الأفلام، من خلال اطلاعه على نهايته، إلّا إذا طلب منك ذلك.

- مارسا معاً رياضة ما، أو اطلعي على قوانين وتفاصيل رياضته المفضلة وشاركيه اهتمامه بها.

- لا تنسي أن تسأليه عما إذا كان يحتاج إلى شيء ما قبل ذهابك إلى السوبرماركت للتبضع.

- أخبريه دوماً بأنّه مصدر سعادتك، فهذا الأمر يشعره بالفخر والاعتزاز.

- لا تنسي تدوين التفاصيل الضرورية على قصاصة ورقة الشيك، لدى استخدام دفتر شيكاته لشراء غرض ما أو دفع الفواتير.

- لا تذكريه بأنّه بدأ يفقد شعره. وفي حال اشتكى لك عن مشكلة تساقط شعره، أو أعرب لك من استيائه من صلعته الحديثة، سارعي إلى التأكيد له أنّك تحبين الرجل الأصلع، ويمكنك أن تذكريه بأنّ بعض أهم الممثلين المشهورين من الرجال هم صُلع.

- أيّاً كانت درجة غيرتك، لا تفتحي بريده الإلكتروني ولا تطالبيه بالاطلاع على رسائله. احترمي خصوصيته ولا تفتحي محفظته للتفتيش فيها، أو لأخذ مبلغ من المال. اجلبي له المحفظة واطلبي منه أن يعطيك المبلغ الذي تحتاجينه.

- لا تنكدي عليه عيشته لمجرد أن درج مكتبه "محشو" بالكراكيب الخاصّة به. بل اشكريه على عدم نثرها في كلّ أرجاء المنزل.

- فاجئيه بين الفينة والأخرى بشراء بطاقات لحضور مباراته المفضلة أو مسرحية المفضلة، أو أي حدث آخر تعرفين أنّه من عشاقه.

- لا تحتلي الجهة من السرير التي ينام عليها، لاسيما عندما يستفيق في منتصف الليل للذهاب إلى الحمام.

- لا تفرطي في تحليل تفاصيل حياتك الزوجية، فهذا يشبه الشخص الذي يتفقد نبتته الهشة كلّ 20 دقيقة، ليطمئن إلى أنّ جذورها تنمو بالشكل الصحيح.

- اعيدي مقعد سيارته إلى وضعه السابق، فأنت حتماً لا تريدينه أن يؤذي ركبته عندما يصعد إليها.

- ساعديه على تذكر أسماء الأشخاص عندما تلتقيان صدفة بهم.

- لا تتساءلي عما يفعله بكلّ تلك المعدات والأدوات التي يحتفظ بها في خزانته، وفكري في أنّه ربّما يطرح السؤال ذاته حول أدوات التبرج ومستحضرات التجميل التي لديك.

- لا تقلقي عندما ترينه صامتاً، فأحياناً يلتزم الرجل الصمت من دون سبب واضح.

- بادري، بين الفينة والأخرى، إلى دعوته لقضاء ليلة جميلة.

- لا تنسي أن تعيدي أدواته التي استخدمتها لإصلاح شيء ما، إلى مكانها.

- لا ترمي قميصه القديم والمثقوب من دون أن تخبريه بذلك. ولا تجادليه كثيراً عندما يصرّ على الاحتفاظ به.

- بادري إلى دعوة أصدقائه إلى العشاء، ولكن، حذار من مناداته باسم الدلع الخاص أمامهم.

- تقول الممثلة الأميركية باربارة سترايسند: "أتساءل عن السبب الذي يدعو المرأة إلى تمضية عشرة أعوام من عمرها في محاولة تغيير عادات شريكها، ومن ثمّ أراها تشكو للجميع من أنّ هذا الرجل ليس هو الشخص ذاته الذي اقترنت به". والمغزى من ذلك هو: حاولي ألا تغيري كثيراً من عادات زوجك كي لا تُفاجئي لاحقاً بأنّك تعيشين مع شخص لا تعرفينه.

- لا تنتقدي والدته ولا تتحدثي عنها بالسوء، فمهما يكن حبّه لك اعلمي أنّه لن يتغاضى عن أي هفوة أو كلام بلا معنى يمسها. احرصي دائماً على ذكرها بالحسن، كي لا يشعر زوجك بأنّك تكنّين لها كرهاً، ويبرر كلّ كلامك عنها بأنّك تكرهينها، حتى وإن كنت على حقّ في انتقادها.►